السنة الثالثة ابتدائي — السنة الدراسية: 2020/2021

التربية العلمية — النموذج الأول

التمرين الأول: (03ن)

أُذْكُرْ المَجْمُوعَاتِ الغِذَائِيَّةَ الأَسَاسِيَّةَ:

1- .... 03- ....

2- .... 04- ....

3- .... 05- ....

التمرين الثاني (02ن)

كَوِّنْ وَجْبَةً غِذَائِيَّةً مُتَوَازِنَةً لِلْغَدَاءِ.

....

....

التمرين الثالث: (05ن)

أَجِبْ بِصَحِيحٍ أَوْ خَطَأٍ، ثُمَّ صَحِّحِ الخَطَأَ إِنْ وُجِدَ:

1- الفَهْدُ حَيَوَانٌ أُصْبُعِيٌّ ....

....

2- يَتَوَقَّفُ القَلْبُ عَنِ النَّبْضِ أَثْنَاءَ النَّوْمِ ....

....

3- نَمَطُ تَنَفُّسِ الحِصَانِ هَوَائِيٌّ ....

....

4- نِظَامُ الأَسْنَانِ عِنْدَ الحَيَوَانَاتِ العَاشِبَةِ أَنْيَابٌ كَبِيرَةٌ وَقَوَاطِعُ صَغِيرَةٌ وَأَضْرَاسٌ مِنْشَارِيَّةٌ ....

....

5- يُوجَدُ القَلْبُ فِي الجِهَةِ اليُمْنَى مِنَ الصَّدْرِ ....

....

الأستاذ: حوفي عبد القادر

السنة الثالثة ابتدائي | السنة الدراسية : 2020 / 2021

التربية العلمية | النموذج الثاني

التمرين الأول :

خَرَجَ مُحَمَّدٌ مَعَ صَدِيقَيْهِ جَمَالٌ وَخَالِدٌ فِي نُزْهَةٍ إِلَى الغَابَةِ ، عِنْدَ مَا وَصَلُوا بَدَأَ مُحَمَّدٌ فِي مُمَارَسَةِ رِيَاضَةِ الجَرْيِ ، بَيْنَمَا تَجَوَّلَ جَمَالٌ فِي الغَابَةِ . اِكْتَفَى خَالِدٌ بِالإِسْتِلْقَاءِ تَحْتَ ظِلِّ شَجَرَةٍ . قَامَ كُلُّ طِفْلٍ بِحِسَابِ عَدَدِ دَقَّاتِ قَلْبِهِ أَثْنَاءَ مُمَارَسَتِهِمْ لِهَذِهِ الأَنْشِطَةِ .

1- اِرْبِطْ كُلَّ طِفْلٍ بِعَدَدِ دَقَّاتِ قَلْبِهِ : (1,5 ن)

مُحَمَّدٌ — 69 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ .

جَمَالٌ — 97 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ .

خَالِدٌ — 118 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ .

2- أُذْكُرِ الأَمَاكِنَ الَّتِي اِسْتَطَاعَ كُلُّ طِفْلٍ جَسَّ نَبْضِ قَلْبِهِ مِنْهَا : (1,5 ن)

....

أَثْنَاءَ تَجَوُّلِ الأَطْفَالِ فِي الغَابَةِ شَاهَدُوا قِرْدًا وَغَزَالَةً وَثَعْلَبًا .

3- حَدِّدِ النِّظَامَ الغِذَائِيَّ لِكُلِّ حَيَوَانٍ : (2,25 ن)

القرد : .... الغَزَالَةُ : .... الثَّعْلَبُ : ....

4- صَنِّفْ هَذِهِ الحَيَوَانَاتِ حَسَبَ سَطْحِ اِرْتِكَازِ أَقْدَامِهَا عَلَى الأَرْضِ : (2,25 ن)

القرد : .... الغَزَالَةُ : .... الثَّعْلَبُ : ....

جَلَسَ مُحَمَّدٌ مَعَ صَدِيقَيْهِ لِتَنَاوُلِ وَجْبَةِ الغِذَاءِ الَّتِي أَحْضَرُوهَا مَعَهُمْ فَأَخْرَجَ مُحَمَّدٌ وَجَمَالٌ وَجْبَةً مُكَوَّنَةً مِن : (خُبْزٍ + بَيْضٍ + زَيْتًا زَيْتُونٍ + يَاوُورت + مَاء) ، وَأَخْرَجَ خَالِدٌ عُلْبَتَيْ شُوكُولَاطَة كَيْ يَأْكُلَهُمَا وَعُلْبَةَ رَقَائِقِ البَطَاطَا .

5- حَدِّدْ مَا تُضِيفُهُ إِلَى وَجْبَةِ مُحَمَّدٍ وَجَمَال حَتَّى تَكُونَ وَجْبَةً مُتَنَوِّعَةً . (1,5 ن)

....

6- أُذْكُرِ المَشَاكِلَ الصِّحِّيَّةَ الَّتِي قَدْ يُعَانِي مِنْهَا خَالِدٌ . (01 ن)

....

الأستاذ : جوليجي عبد القادر

السنة الثالثة ابتدائي	السنة الدراسية: 2020/2021
التربية العلمية	النموذج الثالث

التمرين الأول: (03ن)

أجب بصحيح أو خطأ فيما يلي:

1. عند القيام بجهد عضلي تزداد دقات قلبي ....
2. ينتقل الدلفين في الهواء ....
3. يقفز الضفدع بفضل قوائمه الطويلة والقوية ....
4. ينخفض صدري أثناء الشهيق ....
5. يزيد التدخين من مخاطر الإصابة بالسكتة القلبية ....
6. الزرافة من الحيوانات العاشبة وذوات الحوافر ....

التمرين الثاني: (03ن)

أكمل العبارات التالية بـ: يركض - يطير - يسبح - يزحف - يقفز

- الثعبان .... - الدلفين ....
- الغراب .... - الأرنب ....
- الحصان .... - القرش ....

التمرين الثالث: (1.5ن)

اربط بسهم بين الحالة ودقات القلب المناسبة:

أ- عند الجلوس - 110 دقة في الدقيقة.
ب- عند المشي - 75 دقة في الدقيقة.
جـ- عند الجري - 90 دقة في الدقيقة.

التمرين الرابع: (2.5ن)

ضع سببا لكل مشكل صحي (التدخين - السمنة - الإكثار من تناول الدهون - الإكثار من تناول الدهون والسكريات - انعدام اللحوم والحليب والبيض في التغذية)

1- السمنة سببها ....
2- السكتة القلبية سببها .... 3- كواشيوركور سببه ....
4- السكري سببه ....
5- تراكم الدهون في الدم سببه ....

الأستاذ: حوليشي عبد القادر

السنة الثالثة ابتدائي | السنة الدراسية : 2020/2021

التربية العلمية | النموذج الرابع

التمرين الأول : (03ن)

اربط بين الغذاء والمجموعة الغذائية التي ينتمي إليها

البطاطا	المشروبات
السردين	الحبوب
البرتقال	الفواكه
الجبن	الحليب ومشتقاته .
الفول السوداني	اللحوم
عصير التفاح	الخضر

التمرين الثاني : (07ن)

أكمل ما يلي :

1. تصنف الحيوانات حسب طريقة ارتكازها على الأرض إلى :

- .... - .... - ....

2. تصنف الحيوانات حسب وسط عيشها إلى :

- .... - .... - ....

3. تصنف الحيوانات حسب نظام غذائها إلى :

- .... - .... - ....

4. تصنف الحيوانات حسب نمط تنفسها إلى :

- .... - .... - ....

5. يسبب سوء التغذية مشاكل صحية خطيرة مثل :

- .... - ....

الأستاذ : حويحي عبد القادر

السنة الثالثة ابتدائي | السنة الدراسية: 2020/2021

التربية العلمية

النموذج الخامس

التمرين الأول: (3.5)

أجبْ بصحيح أوْ خاطئ فيما يلي:

* يؤدي الإكثارُ من تناولِ الأغذيةِ المصنوعةِ من السكر والدهون إلى السمنةِ ....
* عند زيادةِ الجهدِ العضلي تنقصُ دقاتُ القلبِ ويتباطأُ النبضُ ....
* للمحافظةِ على صحتنا يجبُ أنْ تكونَ تغذيتنا متنوعةً ....
* القلبُ ينبضُ باستمرارٍ ....
* إنَّ دقاتِ القلبِ غيرُ متلائمةٍ مع النبضِ ....
* التمساحُ حيوانٌ برمائيٌّ ....
* تنقسمُ الحيواناتُ حسبَ نظامِ غذائها إلى حيواناتٍ عاشبةٍ ولاحمةٍ فقط ....

التمرين الثاني: (3 ن)

تنقسمُ الأغذيةُ إلى ستِّ (6) مجموعاتٍ. أذكرْها.

1- .... 2- .... 3- ....

4- .... 5- .... 6- ....

التمرين الثالث: (3.5 ن)

أكملِ الجدولَ.

الحيوانُ	وسطُ العيشِ	نمطُ الغذاءِ	التنقلُ	سطحُ الإرتكازِ	التنفسُ
الحصانُ	البرُّ	-	الركضُ	-	هوائيٌّ
التمساحُ	-	لاحمٌ	-	-	-
الثعلبُ	-	-	الركضُ	-	هوائيٌّ
القرشُ	-	-	-	أخمصيٌّ	-
النسرُ	البرُّ	لاحمٌ	-	أصبعيٌّ	هوائيٌّ

السنة الثالثة ابتدائي | السنة الدراسية: 2020/2021

الإجابة | التربية العلمية | النموذج الأول

التمرين الأول: (03 ن)

أُذْكُرْ الْمَجْمُوعَاتَ الْغِذَائِيَّةَ الْأَسَاسِيَّةَ:

1- اللحوم .... 03- الحبوب ....

2- الدهون .... 04- الحليب ومشتقاته ....

3- الخضر والفواكه .... 05- الماء والمشروبات ....

التمرين الثاني (02ن)

كَوِّنْ وَجْبَةً غِذَائِيَّةً مُتَوَازِنَةً لِلْغَدَاءِ.

عدس + بيض + خبز + سلاطة + جبن + برتقال + ماء.

- (كل وجبة تحتوي على غذاء من كل مجموعة من المجموعات الغذائية الستة)

التمرين الثالث: (05ن)

أَجِبْ بِصَحِيحٍ أَوْ خَطَأٍ، ثُمَّ صَحِّحِ الْخَطَأَ إِنْ وُجِدَ:

1- الْفَهْدُ حَيَوَانٌ أُصْبُعِيٌّ. صحيح

....

2- يَتَوَقَّفُ الْقَلْبُ عَنِ النَّبْضِ أَثْنَاءَ النَّوْمِ. خطأ.

لا يتوقف القلب عن النبض أثناء النوم ....

3- نَمَطُ تَنَفُّسِ الْحِصَانِ هَوَائِيٌّ. صحيح.

....

4- نِظَامُ الْأَسْنَانِ عِنْدَ الْحَيَوَانَاتِ الْعَاشِبَةِ أَنْيَابٌ كَبِيرَةٌ وَقَوَاطِعُ صَغِيرَةٌ وَأَضْرَاسٌ مِنْشَارِيَّةٌ. خطأ.

أنياب صغيرة جدا، قواطع متطورة، أضراس متطورة ....

5- يُوجَدُ الْقَلْبُ فِي الْجِهَةِ الْيُمْنَى مِنَ الصَّدْرِ. خطأ.

يوجد القلب في الجهة اليسرى من الصدر ....

الأستاذ: حوتمي عبد القادر

السنة الثالثة ابتدائي | السنة الدراسية : 2020 / 2021

الإجابة | التربية العلمية | النموذج الثاني

التمرين الأول :

خَرَجَ مُحَمَّدٌ مَعَ صَدِيقَيْهِ جَمَالٍ وَخَالِدٍ فِي نُزْهَةٍ إِلَى الغَابَةِ ، عِنْدَ مَا وَصَلُوا بَدَأَ مُحَمَّدٌ فِي مُمَارَسَةِ رِيَاضَةِ الجَرْيِ وَبَيْنَمَا تَجَوَّلَ جَمَالٌ فِي الغَابَةِ. اِكْتَفَى خَالِدٌ بِالاِسْتِلْقَاءِ تَحْتَ ظِلِّ شَجَرَةٍ. قَامَ كُلُّ طِفْلٍ بِحِسَابِ عَدَدِ دَقَّاتِ قَلْبِهِ أَثْنَاءَ مُمَارَسَتِهِمْ لِهَذِهِ الأَنْشِطَةِ.

1- اِرْبِطْ كُلَّ طِفْلٍ بِعَدَدِ دَقَّاتِ قَلْبِهِ : (1,5 ن)

مُحَمَّدٌ	69 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ .
جَمَالٌ	97 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ .
خَالِدٌ	118 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ .

2- أُذْكُرِ الأَمَاكِنَ الَّتِي اِسْتَطَاعَ كُلُّ طِفْلٍ جَسَّ نَبْضِ قَلْبِهِ مِنْهَا : (1,5 ن)

- المعصم .... - الرقبة ....

أَثْنَاءَ تَجَوُّلِ الأَطْفَالِ فِي الغَابَةِ شَاهَدُوا قِرْدًا وَغَزَالَةً وَثَعْلَبًا.

3- حَدِّدِ النِّظَامَ الغِذَائِيَّ لِكُلِّ حَيَوَانٍ : (2,25 ن)

القرد : كل شيء ... الغَزَالَةُ : عاشب .... الثَّعْلَبُ : كل شيء ....

4- صَنِّفْ هَذِهِ الحَيَوَانَاتِ حَسَبَ سَطْحِ اِرْتِكَازِ أَقْدَامِهَا عَلَى الأَرْضِ : (2,25 ن).

القِرد : أخمصي .... الغَزَالَةُ : ذوات الحوافر الثَّعْلَبُ : أصبعي ...

جَلَسَ مُحَمَّدٌ مَعَ صَدِيقَيْهِ لِتَنَاوُلِ وَجْبَةِ الغَدَاءِ الَّتِي أَحْضَرُوهَا مَعَهُمْ فَأَخْرَجَ مُحَمَّدٌ وَجَمَالٌ وَجْبَةً مُكَوَّنَةً من : (خُبْزٍ + بَيْضٍ + زَيْتٍ زَيْتُونٍ + يَاوُورْتٍ + مَاءٍ) ، وأَخْرَجَ خَالِدٌ عُلْبَتَيْ شُوكُولَاطَةٍ كَيْ يَأْكُلَهُمَا وَعُلْبَةَ رَقَائِقِ البَطَاطَا.

5- حَدِّدْ مَا تُضِيفُهُ إِلَى وَجْبَةِ مُحَمَّدٍ وَجَمَالٍ حَتَّى تَكُونَ وَجْبَةً مُتَنَوِّعَةً . (1,5 ن)

- تفاح .... - سلاطة .... جبن ....

6- أُذْكُرِ المَشَاكِلَ الصِّحِّيَّةَ الَّتِي قَدْ يُعَانِي مِنْهَا خَالِدٌ . (1 ن)

- السمنة .... - قلة الحركة ....

الأستاذ : حوليتي عبد القادر

السنة الثالثة ابتدائي — السنة الدراسية: 2020/2021

الإجابة — التربية العلمية — النموذج الثالث

التمرين الأول: (03ن)

أجب بـ صحيح أو خطأ فيما يلي:

1- عِنْدَ القِيَامِ بِجُهْدٍ عَضَلِيٍّ تَزْدَادُ دَقَّاتُ قَلْبِي .صحيح...

2- يَتَنَقَّلُ الدَّلْفِينُ فِي الهَوَاءِ ..خطأ....

3- يَقْفِزُ الضِّفْدَعُ بِفَضْلِ قَوَائِمِهِ الطَّوِيلَةِ والقَوِيَّةِ .صحيح...

4- يَنْخَفِضُ صَدْرِي أَثْنَاءَ الشَّهِيقِ .خطأ.....

5- يَزِيدُ التَّدْخِينُ مِنْ مَخَاطِرِ الإِصَابَةِ بِالسَّكْتَةِ القَلْبِيَّةِ .صحيح...

6- الزَّرَافَةُ مِنَ الحَيَوَانَاتِ العَاشِبَةِ وذَوَاتِ الحَوَافِرِ .صحيح...

التمرين الثاني: (03ن)

أكمل العبارات التالية بـ: يَرْكُضُ - يَطِيرُ - يَسْبَحُ - يَزْحَفُ - يَقْفِزُ

- الثُّعْبَانُ يزحف.......
- الدُّلْفِينُ ..يسبح.......
- الغُرَابُ يطير.........
- الأَرْنَبُ يقفز..........
- الحِصَانُ ..يركض...
- القِرْشُ يسبح........

التمرين الثالث: (1.5ن)

اربط بسهم بين الحالة ودقات القلب المناسبة:

الحالة	دقات القلب
أ- عِنْدَ الجُلُوسِ	75 دقة في الدقيقة
ب- عِنْدَ المَشْيِ	90 دقة في الدقيقة
جـ- عِنْدَ الجَرْيِ	110 دقة في الدقيقة

التمرين الرابع: (2.5ن)

ضع سببا لكل مشكل صحي (التدخين - السمنة - الإكثار من تناول الدهون - الإكثار من تناول الدهون والسكريات - انعدام اللحوم والحليب والبيض في التغذية)

1- السُّمْنَةُ سَبَبُهَا الإكثار من تناول الدهون والسكريات

2- السَّكْتَةُ القَلْبِيَّةُ سَبَبُهَا التدخين......

3- كْوَاشْيُورْكُورْ سَبَبُهُ انعدام اللحوم والحليب والبيض في التغذية.........

4- السُّكَّرِي سَبَبُهُ السمنة.........

5- تَرَاكُمُ الدُّهُونِ فِي الدَّمِ سَبَبُهُ الإكثار من تناول الدهون........

الأستاذ: حوليشي عبد القادر

السنة الثالثة ابتدائي — السنة الدراسية: 2020/2021

الإجابة — التربية العلمية — النموذج الرابع

التمرين الأول: (03ن)

اربط بين الغذاء والمجموعة الغذائية التي ينتمي إليها

الغذاء	المجموعة الغذائية
البطاطا	المشروبات
السردين	الحبوب
البرتقال	الفواكه
الجبن	الحليب ومشتقاته.
الفول السوداني	اللحوم
عصير التفاح	الخضر

التمرين الثاني: (07ن)

أكمل ما يلي:

1- تصنف الحيوانات حسب طريقة ارتكازها على الأرض إلى:

- حيوانات أخمصية... - حيوانات أصبعية.... - حيوانات الحوافر

2- تصنف الحيوانات حسب وسط عيشها إلى:

- ...برية........ - حيوانات مائية... - حيوانات برمائية..

3- تصنف الحيوانات حسب نظام غذائها إلى:

- حيوانات لاحمة....... - حيوانات عاشبة - حيوانات آكلة كل شيء

4- تصنف الحيوانات حسب نمط تنفسها إلى:

- تنفس هوائي.... - تنفس مائي... - تنفس هوائي مائي...

5- يسبب سوء التغذية مشاكل صحية خطيرة مثل:

- ...السمنة........ - ...الهزال........

السنة الثالثة ابتدائي	السنة الدراسية: 2020/2021
الإجابة التربية العلمية	النموذج الخامس

التمرين الأول: (3.5)

أجب بصحيح أو خاطئ فيما يلي:

* يؤدي الإكثار من تناول الأغذية المصنوعة من السكر والدهون إلى السمنة صحيح
* عند زيادة الجهد العضلي تنقص دقات القلب وتباطأ النبض. خاطئ
* للمحافظة على صحتنا يجب أن تكون تغذيتنا متنوعة. صحيح....
* القلب ينبض باستمرار.. صحيح....
* إن دقات القلب غير متلائمة مع النبض.. خاطئ..
* التمساح حيوان برمائي.. صحيح....
* تنقسم الحيوانات حسب نظام غذائها إلى حيوانات عاشبة ولاحمة فقط خاطئ

التمرين الثاني: (3 ن)

تنقسم الأغذية إلى ست (6) مجموعات. أذكرها.

1- ...اللحوم...... 2- الخضر والفواكه...... 3- الماء والمشروبات...

4- ...الدهون......... 5- الحليب ومشتقاته...... 6- الحبوب...

التمرين الثالث: (3.5 ن)

أكمل الجدول.

الحيوان	وسط العيش	نمط الغذاء	التنقل	سطح الارتكاز	التنفس
الحصان	البر	عاشب	الركض	ذوات الحوافر	هوائي
التمساح	برمائي	لاحم	السباحة المشي	أخمصي	هوائي مائي
الثعلب	البر	كل شيء	الركض	أصبعي	هوائي
القرش	الماء	لاحم	السباحة	أخمصي	مائي
النسر	البر	لاحم	الطيران	أصبعي	هوائي

الأستاذ: حوبي عبد الإله